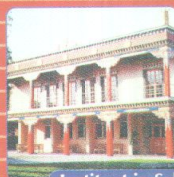
Kunchab Magazine

Kwartaalblad over boeddhisme

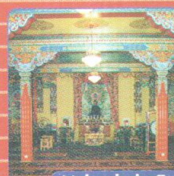




Yeunten Ling in Huy



Instituut in Schoten



Nalanda in Brussel



nummer 1 - 2003

INHOUD

KUNCHAB MAGAZINE
Kwartaalblad
maart 2003 N° 1

Abonnementsprijs per kalenderjaar
België: € 10,00
Buitenland: € 12,50

Losse nummers
€ 2,50 (verzending: € 1,25)

Uitgever
KSGL Tibetaans Instituut vzw
Kruispadstraat 33
B - 2900 Schoten
Tel.: +32 (0)3 685 09 19
Fax: +32 (0)3 685 09 91
E-mail: tibinst@skynet.be

Goed nieuws!

Wij krijgen zowaar het fantastische nieuws dat Khempo Tsultrim Gyamtso van 23 tot 27 juni 2003 in Yeunten Ling zal vertoeven en onderricht wil geven over zijn nieuwste boek *The Sun of Wisdom*. Het hoeft geen betoog - de mensen die vorig jaar aanwezig waren beseffen dit ten volle - dat dit weer een zegenrijke en boeiende ontmoeting wordt. U kunt nu reeds inschrijven. Khempo komt aan op maandag 23 juni 2003. Deze onderrichtingen over Nagarjuna hebben plaats vanaf dinsdag elke dag om 10u30 en 15u. Rinpochee vertrekt op vrijdag 27 juni 2003 op de middag.
De bijdrage bedraagt € 10 per dag, verblijf en maaltijd niet inbegrepen. Op vrijdag beginnen de ceremonies van Karling Shidro zoals gepland.

INLEIDING

2002, een jaar dat reeds vergeten is, gezien voor alles de politieke actualiteit in verband met de toekomst van de wereld elkeen bezig houdt. Het boeddhisme begint meer en meer haar plaats in te nemen in onze maatschappij. In de schoot van internationale en nationale organisaties maar eveneens in de centra zelf wordt het nodig na te denken over de plaats die de raadgevingen van de Boeddha innemen, nu het boeddhisme meer en meer betrokken wordt bij publieke debatten over de actualiteit.

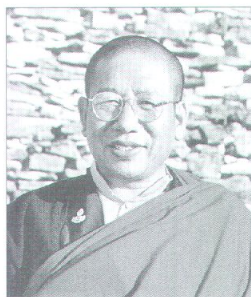
In dit eerste nummer van het jaar 2003, willen we zowel een blik terug werpen, als een blik naar de toekomst. De kleine fotoreportage geeft een idee van enkele belangrijke momenten van het leven in de centra en illustreert heel goed de grote diversiteit van conferenties en stages, die aan de beoefenaars aangeboden wordt onder de vorm van intensieve retraites of seminaries of zich soms richten tot een zeer breed publiek (zoals het geval is voor de geleide bezoeken of het jaarlijkse Feest van het Boeddhisme). Daarbij komt nog de samenwerking met diverse scholen of culturele organisaties overal in het land (culturele centra, scholen, verenigingen, interlevensbeschouwelijke kringen enz....).



De aanwezigheid van onze centra in de media illustreert duidelijk dat hun activiteiten kaderen in de reële problemen van de maatschappij. Als wij ons naar de toekomst richten, zien wij dat verscheidene gebeurtenissen het leven van de centra zullen bepalen en veelbelovend zijn voor de komende jaren, zelfs voor de komende generaties. Zo zal de aandachtige lezer reeds bemerkt hebben dat bij de programma's die wij voor de eerstkomende maanden voorstellen meer en meer intensieve onderrichtingen en retraites zitten.
Het doel is de beoefenaars voor te bereiden op een ervaring met langere retraites en dit zonder te kort te doen aan het aspect van de studie op zich. Eens de nieuwe tempel gebouwd zal zijn, zal een compleet programma in die zin worden opgesteld.

Wij hopen dat eindelijk, en dit na drie jaar van onderhandeling, wij hoopvolle berichten zullen kunnen mededelen over dit grote project in het tweede nummer van deze jaargang.

Het feit dat lama Cherab Gyaltsen de ceremonies om het bouwterrein voor te bereiden zal uitvoeren, kan zeker beschouwd worden als een zeer gunstig voorteken.

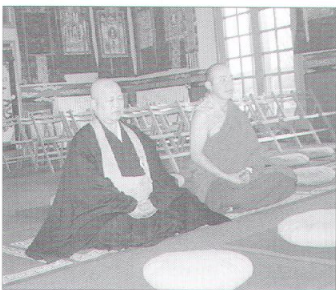


Lama Cherab Gyaltsen

Verschillende andere initiatieven werden reeds genomen: een professionele audit heeft de krachten en de lacunes van de organisatie in het daglicht gesteld en heeft getoond hoe hierin tussen te komen ten einde de overleving van het centrum te garanderen zonder dat het geheel te afhankelijk wordt van bepaalde personen. Wij bedanken alle mensen van het instituut te Schoten die bijgedragen hebben tot het welslagen van deze oefening die niet gemakkelijk uit te voeren was en veel tijd en energie heeft gevergd. Wij zijn er van overtuigd dat deze resultaten zich ook zullen laten voelen in Yeunten Ling en Nalanda. In deze zin zullen wij niet nalaten nuttige raadgevingen, zowel op het vlak van de algemene structuren als in het beheer en programmatie ook daar toe te passen.
Het initiatief dat genomen werd door het voorzitterschap van de boeddhistische unie van België (zie pagina 25) werd met enthousiasme onthaald in meerdere Europese landen. Het zal allicht de taak van de voorzitters van de nationale federaties kunnen verlichten. De informatie over de initiatieven die in andere Europese landen genomen werden (over de verhoudingen tussen het boeddhisme en de opvoeding, het onderwijs, de therapie, de actualiteit, de kunsten en de contacten met de politieke autoriteiten) zal gemakkelijker circuleren in alle landen en zal de centra en alle Europese beoefenaars van het boeddhisme zeer behulpzaam zijn. Het is te hopen dat de werkvergadering met de nationale voorzitters die zal plaats hebben eind augustus in het Nalanda Instituut de vruchten zal afwerpen die men ervan mag verwachten.

Wij houden er aan aan al onze lezers en lezeressen onze beste wensen over te maken en wij bedanken iedereen voor het betoonde vertrouwen, alsmede voor de verleende morele, materiële of financiële hulp. Uiteindelijk is het te danken aan iedereen die de instituten bezoeken en/of ondersteunen, door hun bijdragen als lid of door hun giften dat wij onze zware verplichtingen tegenover de banken kunnen nakomen alsmede de lasten dragen van de lopende onkosten. Ondertussen zijn we zeer verheugd de diensten die we willen leveren aan individuen evenals aan de maatschappij te kunnen aanbieden.

Aan allen hartelijk dank en veel leesplezier!



In 2002 is meester Hozumi een conferentie over zen komen geven in het Nalanda-instituut.

De geleide bezoeken die eens per trimester doorgaan in Schoten trekken altijd veel volk. De mensen komen in familie of alleen, zijn zeer nieuwsgierig en willen alles weten.

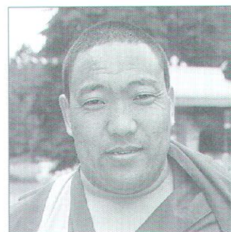




*De cursus **Dharma en Management** was een eerste poging om op een systematische wijze te reflecteren op de activiteiten en de structuren van onze centra.*



Het bezoek van Khempo Chöying aan Yeunten Ling was een bron van vreugde en zegeningen. Zijn onderrichtingen over de methodes en wegen die leiden naar de verlichting zullen nog lang in ons geheugen blijven.



Naast de groepen in de Gaume en in Amsterdam, is een zeer actieve ploeg van start gegaan in Kortrijk en dit met groot succes.

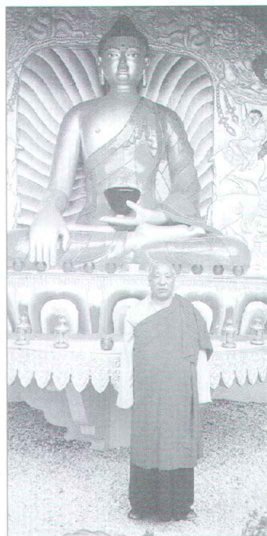




De meditatiestages werden steeds goed gevolgd, zoals in maart 2002.



Elk jaar leidt lama Zeupa de powa-stage en enkele tientallen deelnemers oefenen intens gedurende een week.



Een andere grote yogi en boeddhistische meester heeft ons verwonderd en ontroerd: Khempo Tsultrim Gyamtso heeft ons gesproken over de schijn en de werkelijkheid zoals voorgesteld in de liederen van de grote yogi's.



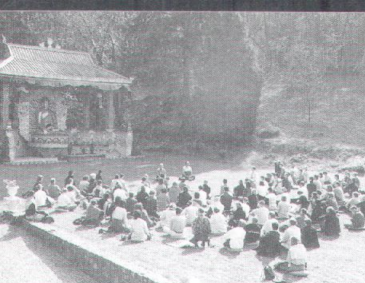
Temba Rubgay is de hele tijd aanwezig geweest in de drie centra. Of het nu gaat om de herstelling van de stoepa in Schoten, de verfraaiing van het centrum in Brussel of de belangrijke renovatiewerken in Yeunten Ling. We zijn hem zeer erkentelijk voor zijn voortdurende inzet voor het centrum.







De voordrachten rond het boek ***De Dharma van de Heilige Benedictus*** *brachten Marc Eyskens, pater de Béthune en lama Karta bijeen voor een belangrijk publiek in Brussel en Schoten.*



PROGRAMMA HUY

APRIL

maandag 7 - zondag 13

POWA, LAMA ZEUPA

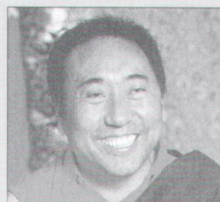
Intensieve retraite met uitleg over een diepgaande beoefening.

Deze meditatie oefent de geest, zodat we op het ogenblik van de dood onze geest richten naar Dewatchen, de zuivere wereld van grote gelukzaligheid. Zij maakt deel uit van de vaardige hulpmiddelen van het vajrayana.
Degenen die haar met de juiste motivatie beoefent, kan deze methode op een eenvoudige en snelle wijze leren beheersen.
Powa wordt vaak omschreven als 'de beoefening die toelaat om de boeddhastaat te bereiken zonder te mediteren'. Om doeltreffendheid te zijn moet deze praktijk, die verbonden is met Boeddha Amitabha, gebaseerd zijn op vertrouwen. Een uitstekende gelegenheid om zich op de dood voor te bereiden.

Iedereen is welkom, maar aan de deelnemers wordt gevraagd de volledige cursus residentieel mee te maken.
Bijdrage: € 210 (verblijf en cursus, alles inbegrepen)

APRIL

vrijdag 18- maandag 21



Lama Karta

INTENSIEVE MEDITATIERETRAITE MET LAMA KARTA

Lama Karta zal deze vier dagen leiden. Hij nodigt ons uit tot een geleide meditatie, met een presentatie van diverse meditatietechnieken en de nodige praktische raadgevingen. Een aanmoedigende ervaring en een gelegenheid om antwoord te krijgen op de vraag: *Mediteren, hoe en waarom?*
Samen intensief mediteren onder leiding van een gekwalificeerde leraar creëert de beste basis om nadien met enthousiasme verder te oefenen.
Een mooie gelegenheid om een retraite samen met Lama Karta te beleven.

Bijdrage: € 122 (verblijf en cursus, alles inbegrepen)

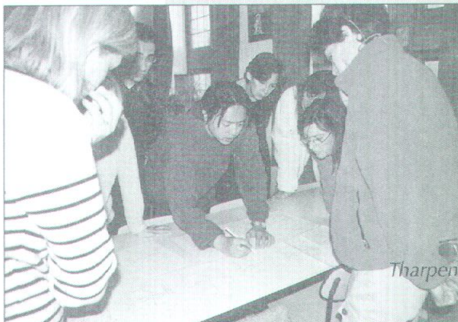
APRIL

zaterdag 26 - zondag 27

BOEDDHISTISCHE SCHILDERKUNST EEN ARTISTIEK WEEKEND THARPHEN

Tharphen is de zoon van Gega Lama. Deze laatste, één van de belangrijkste meesterschilders die uit Tibet is gekomen, heeft veel bijgedragen tot de ontwikkeling van ons instituut. Samen met Temba Rabgay en Rinzin Tcheudeun heeft hij gedurende vele jaren de artistieke stages in Yeunten Ling verzorgd. De eerste leerlingen zijn ondertussen zowat overal ter wereld bekend geraakt.
Tharphen is zowat tien jaar bij zijn vader in de leer geweest.
Het instituut Yeunten Ling er erg verheugd dat zovele deelnemers aan de voortzetting van deze traditie, die ons na aan het hart ligt, willen meewerken.

Om 10u30:
initiatie in de kunst en de techniek van het schilderen
- de techniek van het tekenen en van de kleur, het voorbereiden van het boek enz.
- de geschiedenis en de kenmerken van de Karma Gardri stijl


Tharpen

Van 14u tot 17u:
verbetering van de werken
Tharphen zal elk van de studenten volgen en bij hun werk begeleiden.

Personen die interesse hebben, worden verzocht zich op voorhand in te schrijven en dit voor de 2 dagen.
Bijdrage: € 55, (verblijf en cursus, alles inbegrepen)

MEI

VIER FUNDAMENTELE GEDACHTEN IN HET BOEDDHISME

donderdag 1 - zondag 4

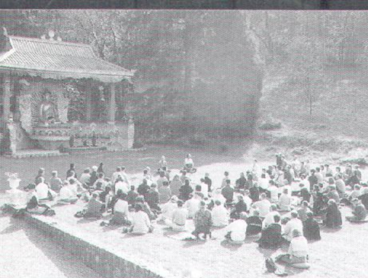
Onderricht en meditatie met Lama Zeupa

Dit onderricht richt zich tot beginners en gevorderde beoefenaars. De vier overwegingen die de geest oriënteren zijn: de voordelen van het kostbare bestaan als mens, de vergankelijkheid van alle fenomenen en de dood, de wet van oorzaak en gevolg (karma), en de onvolmaaktheid van de bestaanscyclus. Nadenken over en mediteren op deze begrippen laat ons toe onze kijk op de dingen radicaal om te vormen. Door de bewustwording van deze 'vier gedachten', krijgt de spirituele beoefening een natuurlijk en authentiek fundament. Alle meesters uit het verleden hebben het belang benadrukt van deze overwegingen, zozeer zelfs dat sommigen deze even belangrijk achtten als de uiteindelijke praktijk.
Elke dag zal Lama Zeupa elke gedachte in haar algemene context plaatsen. Vervolgens zal Lama de meditatiesessies leiden die we samen aanvatten. Door de meditatiepraktijk goed in de geest te integreren kunnen deze vier gedachten het hele leven veranderen en vormen zij een krachtige aanmoediging op het pad naar de bevrijding.


Lama Zeupa

Deze cursus richt zich tot alle belangstellenden.
Het is niet nodig formeel boeddhist te zijn om deze uiteenzettingen te volgen en te mediteren over de grote vragen van leven en dood.

Bijdrage: € 122 (alles inclusief)



PROGRAMMA HUY

MEI

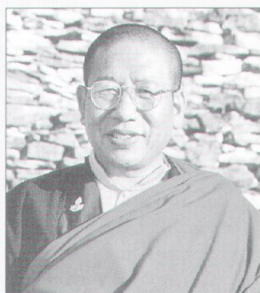
woensdag 14 - zondag 25

LAMA CHERAB GYALTSEN

De Lama Cherab Gyaltsen zal aankomen op woensdag 14 mei a.s. en op 15 mei de voorbereidingen treffen (tormas maken enz.) voor de volgende dag. Vanaf 16 mei kan iedereen deelnemen aan de ceremonies die plaats zullen hebben gedurende het gehele verblijf van de Lama te Hoei.

De inwijding van het terrein staat in verband met de aanwezigheid van de sadaks, de "meesters van de grond", "de meesters van het terrein". In Tibet werd geen enkele constructie begonnen, noch een werk op het veld, zonder voorafgaandelijk de ceremonies uit te voeren die voor hen bedoeld zijn. Deze inwijdingsceremonies zijn van het allergrootse belang in het kader van het welslagen van alle werken en alle ondernemingen die gepland werden op dit terrein.

Lama Cherab Gyaltsen is zeer bekend in Nepal. Hij heeft zijn monnikswijding ontvangen van de zestiende Karmapa en heeft alle studieniveaus doorlopen alsmede de praktijk in het beroemde klooster van Rumtek tot het allerhoogste niveau van dorje lopeun. Hij heeft lange retraites meegemaakt in Rumtek en is op enkele jaren een spirituele leider geworden en wordt gewaardeerd door duizenden dharmabeoefenaars en dit om een zeer eenvoudige reden: in het klooster dat hij gebouwd heeft worden sinds vele jaren grote bijeenkomsten georganiseerd alleen en expliciet gebaseerd op de praktijk van de dharma (dharmaonderrichtingen, een week recitatie van mani, etc.).



Zovele activiteiten waaraan steeds drie à vierduizend personen deelnemen die ervan overtuigd zijn dat de activiteiten van Lama Cherab Gyaltsen een werkelijke bron van zegeningen zijn, getuigend van een groot enthousiasme en een diepe devotie in de praktijk.

Lama Cherab Gyaltsen wordt niet alleen bemind en gewaardeerd door de volledige Tibetaanse gemeenschap maar ook door ontelbare beoefenaars van andere nationaliteiten die deel hebben genomen aan deze gebeurtenissen.

De weldoende invloeden van zijn dharmaactiviteiten zijn veel kostbaarder, sterker en dieper dan die van Rinpochees waarvan de naam soms wereldwijd rondgang maakt.

Het instituut Yeunten Ling beschouwt het bezoek van de lama Cherab Gyaltsen als een grote zegening voor het centrum. De ceremonies die geleid worden door de Lama zijn een gewaardeerd signaal die de realisatie aankondigen van een project dat ons werkelijk ter harte gaat en dat sinds lange tijd werd voorbereid.

We zullen in ons huis een ware parel hebben van de nobele sangha.
Iedereen is van harte welkom.
Zaterdag 24 mei om 16 uur:
initiatie van de **Boeddha van Het Lange Leven**.



de Boeddha van Het Lange Leven

Deelname: € 8

MEI

Tibetaanse yoga voor beginners
Lama Zeupa

zaterdag 17

In deze cursus zal Lama Zeupa zich vooral richten tot wie de Tibetaanse yoga voor de eerste keer wil volgen. Nadien volgt een weekend voor gevorderden. Iedereen is zo in de gelegenheid om deze praktijk te leren kennen en te onderhouden.

Deze lichamelijke en spirituele yoga is een ideale combinatie van eenvoudige lichamelijke oefeningen en een geestelijke training. De cursus is voor iedereen toegankelijk: voor boeddhisten en niet-boeddhisten, voor jong en oud.

De zeer eerbiedwaardige Kaloe Rinpochee heeft dit geheel van oefeningen ontworpen om de westerlingen bij de meditatie te helpen. Beoefenaars zeggen dat deze praktijk een 'verlichtend' gevoel geeft aan lichaam en geest. Het is noodzakelijk om op voorhand te reserveren, omdat het aantal deelnemers beperkt is.



Tibetaanse yoga, een uitgave van Kunchab Publicaties, wordt als cursusboek gebruikt!

Bijdrage: € 20 (middagmaal en cursus inbegrepen)

MEI

Initiatie tot de meditatiepraktijk
Lama Tashi Nyima

zaterdag 24 - zondag 25

Hoe breng ik mijn geest tot rust en leer ik me concentreren?

Meditatie is een oefening die het hele wezen aanbelangt, lichaam en geest. Het doel is de beoefenaar te transformeren en de gelegenheid te bieden te ontdekken wat men wel en wat men niet is en zich zo te bevrijden van allerlei vormen van ongenoegen in het dagelijks leven. Uit de brede waaier van technieken worden twee eenvoudige vormen van meditatie voorgesteld, en dit omwille van hun culturele neutraliteit en de gemakkelijke aanpak. De oefeningen zijn uiterst geschikt voor westerse tijdgenoten die op zoek zijn naar innerlijke rust, welke ook hun overtuiging of religie moge zijn:

- concentratie op de ademhaling leidt tot sereniteit en tot een ontspannen geest
- praktijk van het gewaar zijn, een bewuste aanwezigheid bij het lichaam en bij de geest kan leiden tot indringend inzicht, luciditeit in het bewustzijn en bevrijdt de geest van negatieve tendensen.

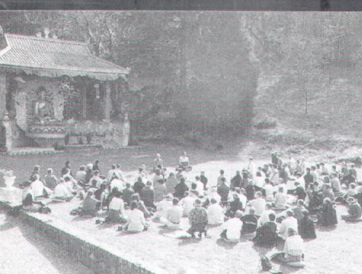
De zitmeditatie wordt afgewisseld met een meditatieve stapoefening.

10u30: Onderricht
14u: Meditatieoefening
16u: Initiatie Boeddha van het Lang Leven door Lama Cherab Gyaltsen zie pag 8

Bijdrage: € 55 (alles inclusief)



Lama Tashi Nyima



PROGRAMMA HUY

MEI

donderdag 29 mei tot zondag 1 juni

HARTSOETRA: LENTECURSUS MET LAMA KARTA

Elk jaar presenteert Lama Karta een basistekst uit de boeddhistische traditie. Voor dit jaar koos Lama de Hartsoetra: een korte maar fundamentele tekst, die regelmatig gereciteerd wordt in Tibet, China en Japan. Daarin staat de bekende formule: 'Vormen zijn leeg, leegte is vorm'. Het betreft een kostbaar en subtiel traktaat over wijsheid: een gesprek tussen de Boeddha en Tchenrezig over het thema van wijsheid en leegte. Een uitstekende gelegenheid om deze klassieke tekst en de fundamenten van het boeddhisme te leren kennen. Wij zullen ons ook oefenen in het reciteren van deze tekst.



Lama Karta

Bijdrage: € 122 (cursus en verblijf inbegrepen)

JUNI

zaterdag 7 - maandag 9



Lama Tashi Nyima

LODJONG, TRAINING VAN DE GEEST, LAMA TASHI NYIMA

Het boeddhisme leert op een eenvoudige wijze hoe je alle omstandigheden van het leven kunt gebruiken als een middel om inzicht en een hogere vorm van vrijheid te verwerven. De beoefening van lodjong brengt de mediterende ertoe de 'geest van verlichting' te ontwikkelen: het altruïsme gesteund op liefde en mededogen voor alle levende wezens. Wanneer we dit leren, kunnen we een openheid van geest creëren die ons ertoe brengt alle omstandigheden van het dagelijks leven als meditatiebasis voor de innerlijke transformatie te gebruiken. Een mooie gelegenheid voor wie wil ontdekken hoe het boeddhisme in het gezin en op het werk kan worden geïntegreerd. Deze training is een eeuwenoude maar sterke oefening en bevat vele vaardige raadgevingen, ook voor mensen van bij ons!

Bijdrage: € 81 (cursus en verblijf inbegrepen)

JUNI

zaterdag 14 - zondag 15



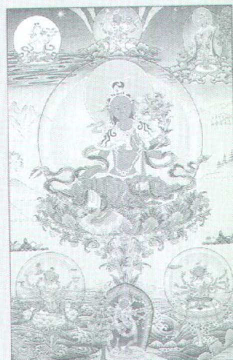
Lama Karta

TARA, LAMA KARTA

Boeddha Shakyamoeni heeft over deze bodhisattvi met veel lof gesproken tijdens tantrische onderrichtingen. Tara is de vrouwelijke manifestatie van de geest van alle boeddha's. Ze wordt verbonden met oorspronkelijke wijsheid en mededogen. Letterlijk betekent Tara 'bevrijdster'. Zij vertegenwoordigt de kracht die bevrijdt van angsten en gevaren. Haar verschillende aspecten worden beschreven in de lofzangen die deel uitmaken van de Tara-beoefening die we vaak 's morgens reciteren.

Zij heeft de verschijningsvorm van een mooi, sierlijk, jong meisje van de groene kleur en met een glimlachend aangezicht. Ze wordt ook wel 'Bevrijdster' genoemd, 'moeder van alle verlichte wezens', 'zij die helpt oversteken naar de andere oever'.

De monniken raadden haar aan te bidden opdat ze een mannelijk lichaam zou kunnen verwerven en zo de verlichting bereiken, maar zij antwoordde: "Hier is geen man, geen vrouw, geen zelf, geen persoon. Het etiket 'mannelijk' en 'vrouwelijk' heeft geen essentie, maar brengt simpele geesten in verwarring". Ze deed de volgende wens: "Talrijk zijn zij die de verlichting in een mannenlichaam willen bereiken, niemand wenst in een vrouwelijk lichaam voor het welzijn van de levende wezens te handelen. Daarom zal ik tot samsara geledigd is, mij inzetten voor alle levende wezens in het lichaam van een vrouw".



Zondag 15u Lama Karta geeft de **initiatie van de Groene Tara**.
Wanneer men enkel voor de initiatie komt is de bijdrage € 10.
Bijdrage: € 55, (alles inbegrepen)

JUNI

zaterdag 21 - zondag 22

INTENSIEVE TIBETAANSE YOGA *met Lama Zeupa*
INTENSIEVE MEDITATIE *met Lama Tashi Nyima*

Bijdrage: € 55, (alles inbegrepen)
Ieder kiest de retraite die hij/zij wil volgen.

JUNI

vrijdag 27 - zondag 29

KARLING CHIDRO

Rituelen voor de overledenen met Lama's afkomstig uit verschillende Europese landen

Volgens de wens van onze geliefde meester, de venerabele Kaloe Rinpochee, organiseert het retraitecentrum Yeunten Ling gedurende drie dagen het bardo-ritueel, in aanwezigheid van meerdere Lama's die in Europa resideren. Dit ritueel stelt ons in staat in contact te treden met de mandala van de toornige en de vredevolle godheden, en ons voor te bereiden op de overgang naar het bardo, de tussenliggende periode die optreedt na het ogenblik van het sterven. De Lama's voeren gedurende drie dagen deze rituelen uit. Vooral het gebruik van alle traditionele muziekinstrumenten maakt deze dagen tot een uitzonderlijke belevenis.



Door aan deze poedja's deel te nemen worden wij geholpen tijdens het bardo. We kunnen bovendien wensgebeden doen voor overleden personen, familieleden of kennissen. U kunt de namen van deze overledenen meebrengen.
De driedaagse wordt afgesloten met een groot offerritueel.
Deelnemen aan slechts een of twee dagen is natuurlijk ook mogelijk.



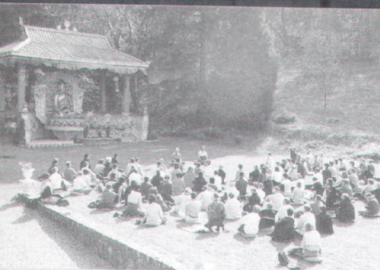
Elk jaar neemt een groot aantal Lama's deel aan de Karling Chidro plechtigheden, waarbij we eveneens een optocht houden met de dharma-geschriften.

Bijdrage: € 10 per dag (zonder verblijf)

JUNI

Maandag 30 om 20 uur

ONDERRICHT OVER NGEUNDRO



PROGRAMMA HUY

JULI

dinsdag 1 - zondag 6

BEZOEK TRALEG RINPOCHEE

De venerabele Traleg Rinpochee werd in 1955 in Kham (Tibet) geboren, en erkend als de 9de Traleg Tulkoe, een belangrijke Lama van de kagyulijn. De huidige Traleg Rinpochee volgde in India, onder leiding van Zijne Heiligheid de 16de Karmapa en andere Lama's, de strenge training die is voorgeschreven aan de kagyu tulkoes.



Hij studeerde eveneens Sanskriet en Engels. Traleg Rinpochee is gehuwd en leeft sinds 1980 in Australië, waar hij een instituut heeft opgericht. Hij studeerde westerse filosofie en psychologie, en behaalde een doctoraat in vergelijkende filosofie. Dankzij deze dubbele opleiding (volgens de Tibetaanse traditie en aan een westerse universiteit) is Rinpochee uiterst gekwalificeerd om de dharma te onderrichten aan westerlingen, die hij door en door kent. Hij onderricht in het Engels.

Elk bezoek van Traleg Rinpochee is een aanleiding tot vreugde en tot verdieping van onze kennis van de dharma. Rinpochee behandelt op een levendige, goed gedocumenteerde en directe wijze onderwerpen die behoren tot de grote themata van het boeddhisme. Dit jaar zal het onderricht gaan over een belangrijke tekst van de vijfde Karmapa over **de Oceaan van de zekerheid**, een boek over de Mahamoedra, het hoogste niveau van de meditatieve praktijk.

De voordrachten zullen elke dag plaatsvinden om 10u30 en om 20u, behalve op woensdag en donderdagavond.

Bijdrage: € 10 per dag (verblijf en maaltijd niet inbegrepen en ongeacht het feit of men voor 1 of 2 onderrichtingen komt.)

JULI

Voor de sessies van de voorbereidende praktijken wordt geen financiële bijdrage gevraagd. We laten evenwel de deelnemers vrij een gift te doen aan de begeleidende lama om hun dankbaarheid te tonen.

Voor verblijf en maaltijden: zie pag 18

JULI

Beoefening van de neerbuigingen

dinsdag 1 - zaterdag 5

Deze beoefening van toevlucht en neerbuigingen samen zuivert het lichaam en beschermt de geest tegen hoogmoed.

JULI

Reis naar Tibet

maandag 7 - donderdag 31

Een veertigtal personen zullen de reis naar Tibet ondernemen samen met Lama Karta en Lama Zeupa. Lama Tashi Nyima blijft in het centrum en leidt er de dagelijkse meditaties.

JULI

Dordjee Sempa

maandag 7 - vrijdag 11

Het reciteren van de mantra van Dordjee Sempa is een krachtige zuiveringsoefening.

JULI

Offergave van de mandala

maandag 14 - vrijdag 18

Door deze beoefening verwerft men verdienste en wijsheid. Op een mentale wijze wordt het hele universum geofferd.

JULI

Tharphen Een cursus voor beginners

zaterdag 19 - zondag 20

zie p. 6

JULI

Retraite in stilte met Lama Tashi Nyima

zaterdag 19 - maandag 21

Gedurende drie dagen zullen verschillende meditatiesessies doorgaan, evenals de rituelen en recitaties zoals dat elke dag gebeurt. Iedereen is welkom. Er zullen geen onderrichtingen zijn en geen vraag- en antwoordsessies. De beoefening gebeurt in volledige stilte.
Bijdrage: € 81 (verblijf en maaltijd, alles inbegrepen)

JULI

Boeddhistische teken- en schilderkunst, Tharphen

maandag 21 - vrijdag 25

Een intensieve cursus voor gevorderden.
Tharphen zal alle studenten individueel volgen en bij hun werk begeleiden. Personen die interesse hebben, worden verzocht zich op voorhand in te schrijven en dit voor de hele periode. Tijdens deze vijf dagen worden uiteenzettingen en begeleiding bij de andere aspecten van het thangkaschilderen uitgediept. Tharphen stelt een programma voor dat de kunstenaars toelaat vooruitgang te boeken in hun werk en een zicht te krijgen op wat er nog nodig is om een echte thangkaschilder te worden. Dezelfde voorwaarden gelden als voor het weekendprogramma. Er wordt aan de deelnemers gevraagd zich in te schrijven voor een periode van vijf dagen.
Gelieve u op voorhand in te schrijven.
Bijdrage voor de stage: € 10 per dag – **Verblijfskosten**: € 21 per dag

JULI

Goeroe-yoga

dinsdag 22 - vrijdag 25

Deze oefening maakt een contact met de zegeningen van de leraar mogelijk.



PROGRAMMA HUY

JULI

zaterdag 26 - zondag 27

Meditatie voor beginners

met Lama Tashi Nyima

Lama zal verschillende meditatiemethoden voorstellen en geleide meditatiesessies geven.
De uiteenzettingen worden deze keer uitzonderlijk alleen in het Frans vertaald.
Deelname: € 55

AUGUSTUS

zaterdag 2 - dinsdag 5

Zomerretraite: mediteren met Lama Tashi Nyima

Shinee is een vaardige methode om de geest tot rust te brengen en in een staat van mentale stabiliteit te verkeren. Deze beoefening brengt ons tot een tweede fase in de meditie, ook lhagtong of helder inzicht genoemd.

Shinee verleent soepelheid aan de geest en elimineert mentale en fysieke starheid. Lhagtong wordt in een tweede fase bereikt wanneer de concentratie, als resultaat van shinee, door de ontwikkeling van het heldere inzicht, tot het herkennen van de natuur van de geest en tot de bevrijding van elke vorm van lijden leidt.



Lama Tashi Nyima

Alle personen die wensen deel te nemen aan een intensieve retraite en een gradueel pad in de meditatie willen volgen, zijn welkom. Het voorbeeld van de meditatiemeester Lama Tashi Nyima stimuleert de motivatie en is een kostbare aanmoediging voor alle beoefenaars.

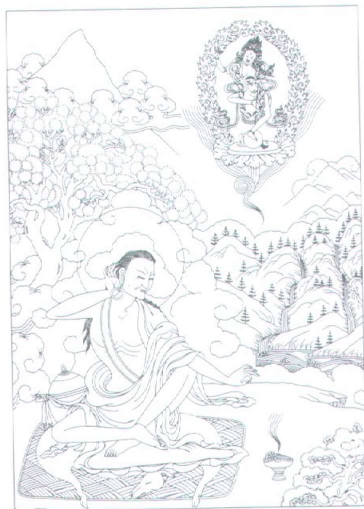
De retraite met Lama Tashi Nyima vormt elk jaar een hoogtepunt in ons zomerprogramma. Vele mensen komen op dat tijdstip van het jaar samen om te mediteren.
Iedereen is welkom.

Bijdrage: € 122 (alles inbegrepen)

AUGUSTUS

vrijdag 8 - zondag 10

De gezangen van Milarepa, Lama Karta



Een retraite over het nut van meditatie, gebaseerd op de verklaring van Milarepa's mystieke gezangen.
Milarepa was een yogi en dichter die in de 11de eeuw leefde. Hij is de auteur van de 'Honderdduizend mystieke gezangen', waarin hij de etappes van zijn spirituele vooruitgang uiteenzet. Deze teksten worden beschouwd als de parels van de mystieke boeddhistische literatuur. Milarepa bereikte de boeddhastaat in één enkel leven. Zijn gezangen beschrijven op een poëtische wijze diepe spirituele ervaringen.

Samen met Lama Karta zullen we enkele gezangen ook leren zingen en ze als steun gebruiken tijdens meditatiesessies. Zowel de tekstverklaringen die Lama zal geven als het directe contact met de woorden van Milarepa zullen een bron van inspiratie vormen voor de meditatie.

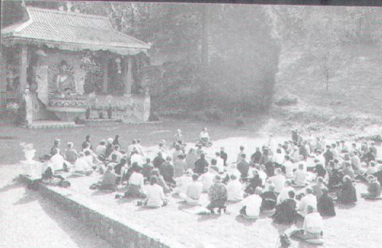


Lama Karta

Vrijdag en zaterdag
10u30 onderricht
15u00 onderricht

Zondag
10h00 onderricht
15h00 initiatie van Milarepa

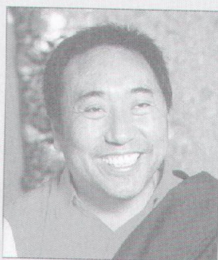
Bijdrage: € 81, alles inbegrepen.
Indien u enkel voor de initiatie komt: € 10.



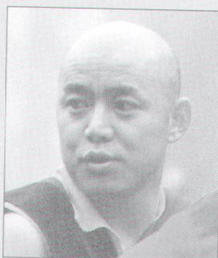
EEN UITZONDERLIJK PROGRAMMA IN HUY!

AUGUSTUS

vrijdag 15 - zondag 17



Lama Karta



Lama Zeupa



Lama Tashi Nyima

INLEIDING TOT DE ETHIEK, DE FILOSOFIE EN DE MEDITATIE IN HET BOEDDHISME

Lama Karta, Lama Zeupa en Lama Tashi Nyima

Vrijdag 15

VAN HET LIJDEN NAAR GELUK, *Lama Karta*

- Uit wat bestaat het optimisme in het boeddhisme?
- Waarom begon de Boeddha met onderricht over het leven zoals het is?
- Karma en vrijheid
- Hoe tewerk gaan om van een gewoon wezen naar een verlicht wezen te evolueren ?

Zaterdag 16

DE MATERIE, DE GEEST EN DE LEEGTE, *Lama Zeupa*

- Is de boeddhistische filosofie zo ingewikkeld als men wel denkt?
- Wat is het verschil tussen schijn en werkelijkheid?
- Hoe kan het sleutelbegrip 'interrelatie en leegte' nuttig zijn in het dagelijks leven ?
- Hoe zich bevrijden van pessimisme?

Zondag 17

EEN ONOPHOUDEND GEROEZEMOES OF EEN VOORTDURENDE TEGENWOORDIGHEID VAN GEEST?

Lama Tashi Nyima

- Waarom zou men moeten mediteren en hoe gaat men tewerk?
- Verre paradijzen of het 'hier en nu'?
- Wat zijn de vruchten van een voortdurende meditatiebeoefening?
- De ongelooflijke waarheid van de geest



Elke dag voorziet het programma twee sessies onderricht (om 10u30 en om 14u) en een geleide meditatie (om 20u). De andere dagelijkse sessies vinden plaats om 7u en om 18u, en zijn facultatief.

Voor het eerst bieden de drie Lama's samen een inleidende cursus van dit type aan. We zijn heel gelukkig dit programma te kunnen aankondigen. Het richt zich zowel tot beginners als tot gevorderde beoefenaars en biedt een mooi overzicht van **de krachtlijnen van het boeddhisme**.

Tezelfdertijd zullen we drie intense dagen doorbrengen samen met de Lama's, wat eveneens een heuglijke en inspirerende ervaring vormt.
Mis deze afspraak met de Boeddha, de dharma en de sangha niet!
Bijdrage: € 81, alles inbegrepen

TCHEUD MET DE DRIE LAMA'S

vrijdag 22 - zondag 24

De praktijk van Tcheud of van het 'doorhakken' leidt tot het snoeien van zelfingenomenheid. Alle scholen van het Tibetaans boeddhisme beoefenen deze praktijk, die de gehechtheid aan het levenswiel (de bestaansvormen) wegwerkt. De Yogini Matchig Labdreun (12de eeuw) ligt aan de basis van deze rituele beoefening. Ieder jaar wordt de cursus een gebeuren van intensieve praktijk: dit ritueel is één der mooiste beoefeningen! Onderricht en praktijk wisselen elkaar af.

Ook al is het slechts één keer per jaar, deze drie dagen verlenen ons de gelegenheid om een krachtige praktijk goed te leren kennen.
Bijdrage: € 81 (alles inbegrepen)

Zondag 14 september

JAARLIJKS FEEST VAN HET BOEDDHISME

georganiseerd door de BUB (Boeddhistische Unie van België) in Huy



Dit feest wordt, sinds 1995, ieder jaar georganiseerd en wordt bijgewoond door talrijke nieuwsgierigen en bezoekers. Deze ontmoetings- en informatiedag heeft plaats onder de auspiciën van de Boeddhistische Unie van België (B.U.B.).

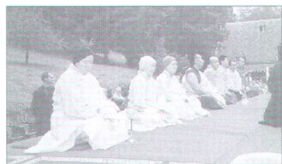
Het programma is als volgt:

- 10.00u Ceremonies voor het grote Boeddhabeeld
- 11.30u Maaltijd voor de monniken en nonnen
- 12.00u Maaltijd voor bezoekers – diverse oosterse snacks
- 12.00u Kennismaking met meditatietechnieken uit verschillende boeddhistische tradities. Het programma met geleide oefeningen zal de dag zelf meegedeeld worden.

Vrije toegang op alle sessies. Zo krijgt iedereen de gelegenheid een zensessie mee te maken, of meditatieoefeningen volgens de Tibetaanse, Japanse, Vietnamese traditie.

- 15.00u Cultureel programma met muziek, dans en gezang, en informatiestands over de verenigingen aangesloten bij de B.U.B.
- 17.30u Einde





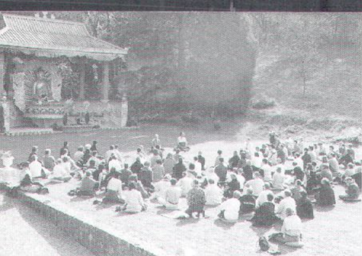
Het instituut is eveneens toegankelijk voor eenieder die zich wil informeren en een eerste contact zoekt. U kunt er zelfs een familie-uitstap van maken!

Iedereen is welkom!









PROGRAMMA HUY

OKTOBER

Zaterdag 4 - zondag 5



ATELIER MET IRINI ROCKWELL

Irini Rockwell is auteur van het boek *Vijf Energieën, Vijf wijsheden,* gepubliceerd door Kunchab Publicaties (einde april). Zij zal een cursus geven met als thema **De energieën van de vijf wijsheden ontdekken en incarneren**.
Deze cursus richt zich tot maximum 30 personen die werken in de sector van de therapie, de dans, de psychologie, theater, yoga, enz. of tot personen die zich interesseren in technieken die toelaten om dankzij boeddhistische middelen de persoonlijkheid, de emoties en de relaties te begrijpen. Het aantal inschrijvingen is beperkt.
U kunt zich nu reeds inschrijven indien u vrij bent en geïnteresseerd. Gelieve aanwezig te zijn vanaf vrijdag ten laatste om 19u. De cursus eindigt op zondag om 17u. De deelname bedraagt € 150 (alles inbegrepen).
De vijf energieën van de wijsheid vormen een unieke manier om inzicht te krijgen in persoonlijkheid en karakter. Onze levensstijl kan een bijzonder licht werpen op onze eigen gedragsschema's en emoties evenals in de energieën die in onze relaties een rol spelen. Elk van deze vijf energieën – ruimtelijkheid, helderheid, verrijking, passie en activiteit – is gebonden aan een specifieke wijze van waarneming en wisselwerking met de wereld. Wij zijn drager van het potentieel voor al deze energieën.
In een informeel kader zullen wij er naar streven ons zelf open te stellen voor de ruimtelijkheid in de zittende meditatie. Daarna zullen wij zien hoe we met onze energie op deze ruimte reageren. Wij zullen ons oefenen in de juiste houding, een unieke vorm van synchronisatie van lichaam en geest die door Chögyam Trungpa Rinpochee ontwikkeld werd.

DEELNAME IN DE KOSTEN VOOR AKTIVITEITEN IN YEUNTEN LING

De prijzen die gelden bieden iedereen de mogelijkheid om deel te nemen:
- Cursusbijdrage: € 10 per dag, tenzij anders vermeld
- Verblijf: € 21 per dag (logement & drie maaltijden)
- Supplement als bijdrage voor de verwarmingskosten: € 2,50 per dag

Voor sommige cursussen is een globale prijs bepaald. Die vindt u bij de beschrijving van de cursus zelf. Reservering is noodzakelijk. Om de organisatie van een cursus (aankoop voedsel, verdeling kamers en dergelijke) beter voor te bereiden, wordt voortaan een voorschot op de verblijfkosten gevraagd:
- € 20 per persoon voor een weekend,
- 30 per persoon voor een langere cursus.

Deze inschrijvingsbijdrage, die als voorschot geldt, is niet terugvorderbaar bij annulering binnen tien dagen voor de start van een cursus. Wenst u een bevestiging van uw reservering, gelieve een geadresseerde omslag met postzegel mee te sturen of de vraag per e-mail te stellen.
Bij annulering tot uiterlijk 14 dagen voor de cursus, wordt de helft van dit bedrag terugbetaald (behalve voor de yogacursus). Nadien is het gestorte bedrag niet meer terugvorderbaar.

Tijdens de cursussen is het steeds mogelijk een onderhoud te hebben met de Lama om vragen in verband met de persoonlijke praktijk te stellen en van gedachten te wisselen over de manier waarop het verder kan. Voor deze interviews zijn geen tarieven voorzien. Het is evenwel gepast een persoonlijke bijdrage aan te bieden als teken van dankbaarheid. Deze gesprekken kunnen helderheid en stabiliteit in de beoefening brengen. Ze stimuleren tevens het doorzettingsvermogen, een goede basis om te slagen.



PROGRAMMA SCHOTEN

APRIL

Donderdag 3

Tibetaanse les conversatie (1) om 19u
Meditatie van Tchenrezig om 20u

Donderdag 17

Tibetaanse les conversatie (2) om 19u
Meditatie van Tchenrezig om 20u

APRIL

Donderdag 24

SHAMBHALA om 20u

In de woorden en de onderrichtingen van de Boeddha is er sprake van werelden die op ons universum gelijken en waar wezens wonen die al of niet op ons gelijken. Zo wordt er ondermeer verwezen naar het koninkrijk Shambhala, een universum met wezens die op ons gelijken. Over dit noordelijk gelegen en eerder geheimzinnige koninkrijk regeert een dynastie die verbonden is met de kalachakra. Shambhala is geen zuiver paradijs, maar bevindt zich op een niveau lichtjes verschillend van het onze en wel omwille van de grotere spirituele kracht. Sommige grote lama's uit het verleden, zoals Taramatha, hebben zich kunnen begeven tot in het Shambhala koninkrijk en redigeerden zelfs een esoterische gids voor de reizigers die hen zouden volgen. Wat is er van waar?

APRIL

Zaterdag 26

TIBETAANSE YOGA

Een dagprogramma

Deze lichamelijke en spirituele yoga bestaat uit oefeningen die lichaam, spraak en geest harmoniseren in een meditatievorm die voor iedereen toegankelijk is. De oefeningen integreren de lichaamshouding, gebaren en symbolen, ontspanningstechnieken, automassage, ademhaling, de subtiele ademhaling en de chakra's en het reciteren van teksten om mededogen en leegte te ontwikkelen. Deze yoga is voor iedereen toegankelijk: voor boeddhisten en niet-boeddhisten, voor beginners en gevorderden, voor jong en oud. Beoefenaars zeggen dat deze oefeningen een 'verlichtend' gevoel geven aan lichaam en geest.

Reservering en betaling op voorhand is gewenst. Het aantal deelnemers is beperkt. Gelieve, alvorens de betaling uit te voeren, na te gaan of er nog plaats is. Het voorschot is niet terugvorderbaar vanaf 14 dagen voor aanvang van de cursus.
Bijdrage: € 20 (maaltijd en cursus inclusief)
Leidraad bij de cursus: 'Tibetaanse yoga' van Kaloe Rinpochee

APRIL

Zondag 27

GELEID BEZOEK

Een aangename manier om kennis te maken met het Tibetaans instituut, de activiteiten en de mensen. De rondleiding begint om 15 uur.
Wij verzoeken de geïnteresseerden een kwartier vooraf aanwezig te zijn.
Bijdrage: € 2,50 per persoon (koffie/thee en koekjes inbegrepen), kinderen tot 12 jaar gratis



PROGRAMMA SCHOTEN

APRIL

Dinsdag 29 — **Stille meditatie** om 20u

MEI

Maandag 5 — **Stille meditatie** om 20u

Donderdag 8 — **Poedja van Mahakala en van Tchenrezig** om 20u

MEI

Zondag 11

MEDITEREN, HOE EN WAAROM?, LAMA KARTA

Een dagprogramma

Meditatie is een methode om de geest tot rust te brengen en te stabiliseren. Door de meditatie bereikt men soepelheid van de geest. De tekenen daarvan zijn blijheid, helderheid en het verdwijnen van lichamelijke en geestelijke starheid. De concentratie leidt ons naar diepgaande inzichten i.v.m. de natuur van de geest.

Iedereen is erbij gebaat als er vanuit een zekere gemoedsrust wordt gehandeld. Het kunnen mediteren is niet voorbehouden aan mystici of aan ver ontwikkelde spirituele mensen. Iedereen kan en mag mediteren.

- 10u30: presentatie van de verschillende meditatietechnieken.
- 14u00: gezamenlijke beoefening met geleide meditatie.

Bijdrage: € 20

MEI

Donderdag 15



GOEROE RINPOCHEE

de leraar die het boeddhisme in Tibet heeft geïntroduceerd

Goeroe Rinpochee neemt een zeer vooraanstaande plaats en wordt soms beschouwd als de personificatie van alle spirituele leraren. Soms wordt hij zelfs de Boeddha van de drie tijden genoemd, de beschermer van eenieder die zich nu eens op een vredevolle, dan op een toornige wijze voordoet. Zijn spiritueel impact is immens. Vele onderrichtingen van de hogere tantra's zijn aan hem te danken. Lama zal deze meester die het boeddhisme in Tibet heeft geïntroduceerd voorstellen.

MEI

Donderdag 22

MAITREYA, DE TOEKOMSTIGE BOEDDHA

Maitreya 'een en al liefde', de bodhisattva die voorbestemd is om de volgende Boeddha te worden eenmaal de dharma van Boeddha Shakyamoeni volledig zal zijn teloorgegaan. In het oude boeddhisme en in het theravada wordt gesteld dat zijn toekomstige manifestatie op aarde en zijn perfecte verlichting zich zullen voordoen op het ogenblik dat zelfs het woord dharma volledig vergeten zal zijn.

JUNI

Stille meditatie om 20u	**Maandag 2**
Tibetaanse les (tweede boek 1) om 19u	**Dinsdag 3**
Meditatie van Tchenrezig om 20u	**Donderdag 5**
Tibetaanse les (tweede boek 2) om 19u **De weg van het vertrouwen** om 20u	**Donderdag 12**
Tibetaanse les conversatie (3) om 19u **De zes bestaansniveaus** om 20u	**Donderdag 19**
Tibetaanse les conversatie (4) om 19u **Meditatie van Tchenrezig** om 20u	**Donderdag 26**

JULI

Tijdens de maand juli zal het instituut gesloten blijven, behalve op
Traleg Rinpochee geeft een voordracht getiteld

HET OOSTEN, HET WESTEN EN DE DHARMAPRAKTIJK — **donderdag 3 juli**

AUGUSTUS

Meditatie van Tchenrezig om 20u	**Donderdag 7**
Meditatie van Tchenrezig om 20u	**Donderdag 14**
Onderricht	**Donderdag 21**
Meditatie van Tchenrezig om 20u	**Donderdag 28**

PROGRAMMA BRUSSEL

Een volledig programma van de activiteiten in het Nalanda instituut vindt u op de website www.institut-tibetain.org



Een programma van de activiteiten in Gaume vindt u op de website www.institut-tibetain.org

KNOKKE

25 augustus 2003 om 20u

ZIN EN ONZIN VAN HET LIJDEN

toegelicht vanuit een christelijk en boeddhistisch standpunt

Voordrachtavond met Benoit Standaert osb en Lama Karta

In zijn diepste zelf is de mens soms geërgerd wanneer hij te maken heeft met lijden,verdriet en verlies. Hij verwacht een antwoord dat de ergernis wegneemt.Waarom lijden? Nagenoeg alle levensbeschouwingen proberen die vraag te beantwoorden. Wat doe je met lijden? Het ontlopen? Het vermijden? Het aanpakken? Het aanvaarden? Het gebruiken? P. Benoit Standaert en Lama Karta gaan daarover met elkaar in gesprek.

Dominicanenkerk, Sparrendreef 91, Knokke- 't Zoute

KORTRIJK - BRUG DER WIJSHEID

Maandag, 28 april 2003

HOE KUNNEN WE OMGAAN MET LIJDEN?

onderricht door Lama Karta

Wat moeten wij met al het lijden dat ons overkomt? Op welke manier kunnen wij tegenslagen of tegenkanting te boven komen? Hoe kunnen we ziekte tegemoet treden? En wat met alle andere onbevredigende ervaringen in ons leven? Kunnen we ze tegenhouden en ertegen vechten of moeten we ze leren accepteren? Maar leidt dit niet tot apathie en pessimisme? Bestaat er dan zoiets als bevrijding van het lijden? Wat moeten wij ons daarbij voorstellen en hoe kunnen we tewerk gaan?

In het boeddhisme heeft men het vaak over lijden of dukha. Lama Karta zal uiteenzetten waarom boeddhisten zoveel aan lijden denken en hoe het komt dat ze tegelijkertijd hun vrolijkheid bewaren. Onszelf bevrijden van gehechtheid en verkeerde verwachtingen kan één van de sleutels zijn. Het wordt een geheel van raadgevingen die bruikbaar zijn voor iedereen, en zeker voor mensen uit de sociale en verzorgende sector.



Lama Karta

Praktisch

Waar? Concertstudio Kortrijk, (Conservatoriumplein, 2) om 20u.

De lezingen gaat niet meer door in de Oude Dekenij, zoals aanvankelijk aangekondigd. Wegens een tekort aan stoelen tijdens de vorige sessies, hebben we gekozen voor een ruimere locatie. De concertstudio in Kortrijk biedt 250 comfortabele vaste zitplaatsen en is gelegen vlakbij het station.

Toegangsprijs: € 5. Iedereen is welkom, reserveren is niet nodig.

Na de lezing is er gelegenheid om vragen te stellen. Daarna kan men iets drinken en wat napraten in de bar op het gelijkvloers.

Voor meer inlichtingen: secretariaat 'Brug der Wijsheid'
Hullekenstraat 5, 8510 Marke, tel/fax 056-204 124
brug.der.wijsheid@freeweb.be - http://www.tibetaans-instituut.org

AMSTERDAM

TRANSFORMATIE EN BEVRIJDING, LAMA KARTA

4 april

Over zintuigen, aggregaten en emoties in het boeddhisme

In talloze instructies over de bevrijding van onze geest wordt het streven naar de ervaring van de leegte die alle verschijnselen kenmerkt als een belangrijk middel voorgesteld. Het vertrekpunt wordt gevormd door de zes zintuiglijke waarnemingen, de vijf storende emoties en de vijf aggregaten. Al deze aspecten worden evenwel getransformeerd in hun wijsheidsequivalenten.
Dit onderricht toont aan hoe de boeddhistische psychologie en filosofie steeds te maken hebben met de dynamische oefeningen en gewoontes die uiteindelijk tot echte vrijheid leiden.

WAT BETEKENT HET NIET-BESTAAN VAN HET ZELF? LAMA KARTA

16 mei

Over de filosofie van het boeddhisme

Het lastige ego, dat zo bezorgd is over zichzelf, is nergens te vinden. Iedere notie dat er een ego is, verdwijnt wanneer je de lege aard van samsara herkent.Tegelijkertijd komt meteen, ongekunsteld en moeiteloos, de energie op die het welzijn van anderen tot stand brengt. Wat bedoelt de Boeddha precies met dit niet-zelf? Welke voordelen zijn er verbonden aan het doorgronden van deze waarheid?

DE VROUW IN HET BOEDDHISME - LAMA KARTA

13 juni

Over mededogen en wijsheid

De uiteindelijke aard van de geest is mannelijk noch vrouwelijk. Ongeacht of we nu man of vrouw zijn en ongeacht onze situatie in dit leven, kunnen we verlicht worden wanneer we vertrouwen, ijver, mededogen en wijsheid bezitten. In het boeddhisme staat de vrouw voor wijsheid. Ze wordt ook wel de moeder van alle boeddha's genoemd. Waarom is dat zo en hoe begrijp je de verschillen tussen man en vrouw in het licht van de absolute wijsheid?

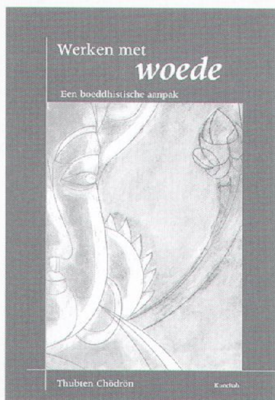
Praktische inlichtingen

De lezingen worden gegeven door een lama van het Instituut Yeunten Ling in Huy. Zij vinden plaats op vrijdagavonden, telkens van 20.00 tot 22.00 uur. De toegangsprijs bedraagt € 8,00.
Aan het einde van de lezing kan men vragen stellen. Daarna is er gelegenheid om bij een kopje thee nog even na te praten in het Theehuis.
U hoeft niet op voorhand te reserveren. U kan ook voor één enkele avond komen, er is geen voorkennis vereist.
De lezingen vinden plaats in centrum De Roos, School voor Filosofie, P.C. Hooftstraat 183 te 1071 BW Amsterdam.

Meer informatie te verkrijgen bij
Stichting Kagyu Rintchen Gyamtso Ling,
Heemskerklaan 6, 3742 AL Baarn,
tel. 00 31 35 642 03 70 (op weekdagen graag na 19uur),
fax: 00 31 35 543 26 16.
e-mail: herman.waumans@planet.nl

dinsdag 13 mei geeft Lama Karta een voordracht in Vorstenbosch (Nederland) onder de titel: **De echte vijand overwinnen**.
Inlichtingen: 0413-340320.

KUNCHAB PUBLICATIES



formaat: 13 x 20 cm
190 pagina's
prijs: € 14,90
ISBN 90 74815 74X
einde maart 2003

Thubten Chödrön

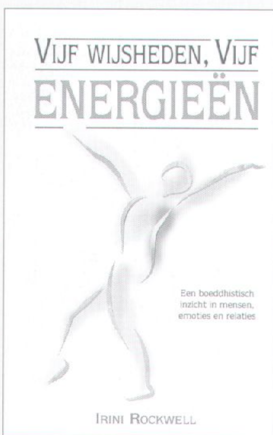
WERKEN MET WOEDE

Een boeddhistische aanpak

Woede kan onze relatie met de mensen om wie wij het meest geven ontwrichten en onze geest in een knoop van ellende vastsnoeren.
Als je een blije geest hebt en zonder woede en wrok bent, werk en deel je met anderen en heeft iedereen daar profijt van. Voel je je daarentegen ellendig en boos, dan zit je zowel het goede werk van anderen als dat van jezelf in de weg.

Werken met woede biedt de lezer verschillende boeddhistische methoden voor het beteugelen en het voorkomen van woede. Wat onze religie of levensovertuiging ook is, het leren werken met woede is effectief voor iedereen die zowel persoonlijk geluk nastreeft als vrede in de wereld.

Werken met woede is voor iedereen geschreven. We lopen immers, wat onze opleiding, sociaal-economische klasse, geslacht, ras of religie ook is, allemaal het risico in de greep van woede te geraken.



formaat: 13 x 20 cm
230 pagina's
prijs: € 18,90
ISBN 90 74815 84 7
einde april 2003

Irini Rockwell

VIJF WIJSHEDEN, VIJF ENERGIEËN

Boeddhistisch inzicht in mensen, emoties en relaties

Vijf wijsheden, Vijf energieën stelt een systeem voor om de persoonlijkheidsstructuur te begrijpen en geeft een gepassioneerde visie op de warmte van liefde, de kracht van kwaadheid, de stroefheid van hoogmoed en de schittering van vreugde.

Waarom voelt men zich spontaan vrolijk bij een persoon, en eerder verward of angstig bij iemand anders? Hoe komt het dat de ene persoon intellectuele nieuwsgierigheid opwekt en een ander veeleer passie? Welke energetische relatie bestaat er tussen mij, de mensen en de wereld?
Elk van deze vijf energieën wordt verbonden met een specifieke manier van waarnemen en interfereren met de wereld.

De vijf wijsheidsenergieën doordringen ons hele wezen, onze interacties met anderen en elk aspect van de wereld van verschijnselen. Ze manifesteren zich zowel in de houding, in emotionele klankkleuren en karakters, als in landschappen, seizoenen en plaatsen.
Vertrouwd raken met de vijf energieën die alle aspecten van ons bestaan doordringen opent de deur naar een subtiel zijnsniveau.



NIEUWS VAN DE BUB

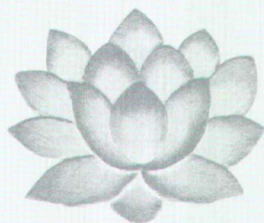
Sinds 1997 hebben de verenigingen die lid zijn van de BUB de gewoonte genomen samen te werken, elkaar te ontmoeten en te leren kennen. Zij ontdekken in al de verschillende benaderingen van de dharmaonderrichtingen een verrijking en een bewijs van de grote edelmoedigheid en wijsheid van de Boeddha. De leden van de BUB voelen zich aangemoedigd door de goede verstandhouding die zo is ontstaan en halen veel voordeel uit dit werk dat gezamenlijk gebeurt.

Zij verheugen zich tevens over het feit te kunnen vaststellen dat zowel theravada, mahayana als vajrayana tradities voortaan in de BUB vertegenwoordigd zijn en hebben het gevoelen dat het moment gekomen is zich te organiseren en naar buiten te treden. De vertegenwoordigers van elke vereniging die bij de BUB is aangesloten zullen tevens de gewoonte aannemen hun leden, lezers en respectievelijke sympathisanten in te lichten over de voortgang van de contacten, de discussies en de bijeenkomsten die gehouden worden, om aldus alle boeddhistische beoefenaars in deze evolutie te betrekken.

Daarom zult u vanaf nu regelmatig ook in Kunchab magazine nieuws lezen over de BUB. Wij herinneren u tevens aan het feit dat de BUB openstaat voor elke suggestie en voor elk opbouwend initiatief. Op dit ogenblik melden wij u het nieuws over een interessante evolutie op Europees vlak die het resultaat is van een impuls vanuit de Belgische Boeddhistische Unie. U leest hieronder de officiële verklaring naar aanleiding van de stichting van de NBUE.

DE OPRICHTING VAN DE NBUE *(National Buddhist Unions of Europe)*

Tijdens een tweede ontmoeting die plaats vond in Brussel, en aangemoedigd door boodschappen uit Frankrijk, het Verenigd Koninkrijk en de Scandinavische landen, hebben de ondergetekenden besloten een werkcongres voor te bereiden voor alle voorzitters van nationale boeddhistische unies. Zij hopen tot uitwisseling van materiaal, ervaringen en ideeën te komen teneinde hun functies beter te vervullen en te komen tot Europese standaardcriteria in diverse domeinen met betrekking tot de culturele assimilatie van het boeddhisme.



Alle voorzitters van nationale unies van de Europese landen zullen worden uitgenodigd. De debatten in het kader van de NBUE houden vooral verband met reële pragmatische vragen en zullen gevoerd worden met het oog op een beter functioneren van de structuren van de nationale unies in elk land. Dit open communicatieplatform hoopt tot het Congres op een autonome wijze te functioneren en zijn nut te bewijzen, alvorens de integratie met andere bestaande internationale structuren te overwegen en dit met als enig doel efficiënt en vrij te kunnen werken. Dat is een basismotivatie en geen exclusivistische redenering: de NBUE blijft inderdaad open voor alle suggesties die het mogelijk maken het gestelde doel te bereiken, namelijk het ondersteunen van het engagement genomen door de voorzitters van de nationale boeddhistische unies op het vlak van de integratie en de authenticiteit van het boeddhisme op het Oude Continent.



De voorzitters van de nationale boeddhistische unies van Europa (NBUE) zullen vergaderen teneinde elkaar op directe wijze te ondersteunen en gebruik te maken van de verrijkende ervaring van andere landen door een systeem van regelmatige, doorzichtige en vrijgevige communicaties.
Om tijd te sparen en onnodige complicaties te vermijden, zullen zij samen een reeks oplossingen evalueren voor mogelijke problemen op het vlak van toetreding van nieuwe groepen, de verhoudingen tot de politieke overheden, de sociale, psychologische en dharma-diensten en de positie van het dharmaonderricht en de dharmaleraars.

Dit **open forum** van nationale voorzitters zal indirect bijdragen tot het bevorderen van communicatie tussen centra, tradities, unies en uiteraard ook mensen. Op lange termijn zal het bijdragen tot het creëren van gemeenschappelijke standaardvoorwaarden die zullen leiden tot een gelijkwaardige status van het boeddhisme in alle Europese landen.

Makkelijk bereikbaar, met een concentratie aan politieke en internationale instellingen, lijkt Brussel de meest geschikte plaats om de zetel van dit communicatieplatform te verwelkomen.De NBUE zal na het werkcongres van 30 en 31 augustus 2003 de wenselijkheid om banden met andere organisaties te leggen evalueren en staat open voor alle opbouwende voorstellen die bijdragen tot de verwezenlijking van haar hoofddoel: directe en vaardige contacten op het vlak van de nationale unies.



Om een stevig fundament te leggen voor haar toekomstige activiteiten zal de NBUE zich in de komende maanden concentreren op de voorbereiding van dit congres, waarop alle voorzitters van de nationale unies van de Europese landen zullen worden uitgenodigd.
De motivatie voor de oprichting van de NBUE stoelt op de gedachte dat de nationale unies vertegenwoordigd door hun voorzitters de actieve partners zijn voor een evenwichtig en creatief debat, met respect voor alle tradities en vrij van elke drang tot het verwerven van macht of invloed. Deze criteria van transparante vertegenwoordiging en bewezen basisactiviteiten vormen een vruchtbare bodem voor de verdere ontwikkeling van nuttige interrelaties en van een dienst aan de dharma.

Thomas Fiedler, Boeddhistische unie Oostenrijk
Vajramala, Boeddhistische unie Duitsland,
Johan Niezing, Boeddhistische unie Nederland
Frans Goetghebeur, Boeddhistische unie België



REISWEG

HOE BEREIKT U HET INSTITUUT YEUNTEN LING IN HUY?

• Met de auto vanuit Brussel moet u ongeveer 50 min. rekenen. U neemt de autosnelweg Namen-Luik, afrit 8 Huy-Héron. Nu volgt u de wegwijzer Huy. In Huy neemt u bij de eerste verkeerslichten naar rechts, richting Hamoir. Vervolgens bij de tweede verkeerslichten links afslaan, richting Hamoir. Deze weg ongeveer 700 meter volgen; u passeert hierbij o.a. een Shell-station rechts van de weg. Even nadien ziet u aan de linkerkant een wegwijzer 'Institut Tibétain'. Hier links afslaan, in de rue Les Gollettes. Na ongeveer 500 meter wijst een bord 'Institut Tibétain' naar rechts. Vervolgens de tweede afslag naar links nemen: dit is een dreef met kastanjebomen, promenade St.-Jean L'Agneau. Deze dreef komt uit op de toegangsweg naar het instituut. U bent aangekomen!

• Met de trein neemt u Brussel-Namen-Luik en stapt u af in het station van Huy. Daar kan u de bus nemen of een taxi. U vraagt aan de taxichauffeur de speciale prijs voor het Tibetaans Instituut.

HOE BEREIKT U HET NALANDA INSTITUUT IN BRUSSEL?

• Met de metro stapt u af aan het station Merode. U gaat te voet langs het Jubelpark aan de rechterkant en u neemt de Avenue de la Chevalerie. De tweede straat rechts op deze laan is de Olmstraat/rue de l'Orme.

• Met de trein stapt u af in het centraal station en neemt u de metro richting Hermann Debroux of Stockel. U stapt af aan het station Merode.

• Met de wagen, als u uit het zuiden van het land komt: via Square Montgomery neemt u de Tervurenlaan richting Centrum; ga niet in de tunnel; aan het einde van deze avenue draait u naar rechts en rijdt u langs het Jubelpark; dan neemt u de Avenue de la Chevalerie. De tweede straat rechts op deze laan is de Olmstraat.

• Met de wagen, als u uit het noorden van het land komt: afslag Ring vlak na Zaventem. Op de Cortenberghlaan gaat u ter hoogte van het Jubelpark naar links. De derde straat links is de Avenue de la Chevalerie, de tweede rechts is de Olmstraat.

• Parking: bij grote drukte kunt u uw wagen altijd kwijt in de buurt van het Jubelpark.

HOE BEREIKT U HET TIBETAANS INSTITUUT IN SCHOTEN?

• Met de auto vanuit Antwerpen, Hasselt of Brussel volgt u de Antwerpse ring richting Breda. U neemt de afrit Deurne - Sportpaleis en draait rechtsaf. U volgt de Bisschoppenhoflaan over een afstand van 2 km. Aan het kruispunt waar zich aan de rechterkant een Quick Drive-in bevindt, gaat u linksaf over de Hoogmolenbrug. U volgt de Braamstraat tot aan het T-punt. Dan even links en onmiddellijk weer rechtsaf, de Leo Van Hullebuschstraat in. Aan het verkeersbord 'verboden in te rijden' linksaf. Nadien onmiddellijk rechts, en dan weer links en rechts. U bent in de Kruispadstraat!

• Met de auto vanuit Breda neemt u de afslag St.-Job in 't Goor op de E19. Aan de verkeerslichten neemt u richting Schoten. Aan de derde verkeerslichten, na 6 km, volgt u de aanduiding Schoten Centrum-Noord, en daarna bij de derde verkeerslichten schuin naar links (Kruispadstraat).

• Per bus: In Antwerpen kunt u op het Rooseveltplein de bussen 60 en 61 op perron 9 en 10 nemen. U vraagt naar de halte dichtbij de Kruispadstraat.



KALENDER

APRIL

Woensdag 2	Brussel	Tibetaanse les conversatie (1), Tchenrezig
Donderdag 3	Schoten	Tibetaanse les conversatie (1), Tchenrezig
Vrijdag 4	Amsterdam	Transformatie en bevrijding
Zaterdag 5	Mechelen	Cimic
Maandag 7 - zondag 13	Huy	Powa, Lama Zeupa
Zaterdag 12	Charleroi	Forel
Woensdag 16	Huy	Volle maan, Milarepa
Woensdag 16	Brussel	Tibetaanse les conversatie (2), Tchenrezig
Donderdag 17	Schoten	Tibetaanse les conversatie (2), Tchenrezig
Vrijdag 18 - maandag 21	Huy	Ontmoeting met het boeddhisme + retraite, Lama Karta
Maandag 21	Brugge	Tot rust brengen en concentratie van de geest
Woensdag 23	Brussel	Shambhala, Een mythisch koninkrijk
Donderdag 24	Schoten	Shambhala, Een mythisch koninkrijk
Zaterdag 26 – zondag 27	Huy	Boeddhistische schilderkunst
Zaterdag 26	Schoten	Tibetaanse yoga
Zondag 27	Schoten	Geleid bezoek
Maandag 28	Brussel	Stille meditatie
Maandag 28	Kortrijk	Hoe kunnen we omgaan met lijden?
Dinsdag 29	Schoten	Stille meditatie
Woensdag 30	Brussel	Tchenrezig

MEI

Donderdag 1 tot zondag 4	Huy	De vier basisgedachten van het boeddhisme, Lama Zeupa
Maandag 5	Schoten	Stille meditatie
Woensdag 7	Brussel	Poedja van Mahakala en van Tchenrezig
Donderdag 8	Schoten	Poedja van Mahakala en van Tchenrezig
	Manage	Ontmoeting met het boeddhisme
Vrijdag 9	Gaume	Boeddhisme en universele verantwoordelijkheid
Zaterdag 10	Brussel	Mediteren: hoe en waarom?
Zondag 11	Schoten	Mediteren: hoe en waarom?
Maandag 12	Gent / Vlied	Inleiding tot het boeddhisme
Dinsdag 13	Vorstenbosch	De echte vijand overwinnen
Woensdag 14 tot zondag 25	Huy	Bezoek Lama Cherab Gyaltsen
Woensdag 14	Brussel	Goeroe Rinpochee, de demiurg
Donderdag 15	Schoten	Goeroe Rinpochee, de demiurg
Vrijdag 16	Amsterdam	Wat betekent het niet-bestaan van het zelf?
Vrijdag 16	Huy	Volle maan, Milarepa
Zaterdag 17	Huy	Kennismaking met Tibetaanse yoga, Lama Zeupa
Woensdag 21	Brussel	Maitreya, de Boeddha van de toekomst
Donderdag 22	Schoten	Maitreya, de Boeddha van de toekomst
Zaterdag 24 - zondag 25	Huy	De geest tot rust brengen en de aandacht scherpen, Lama Tashi Nyima

MEI

Brugge / Moritoen	De analytische meditatie	**Maandag 26**
Brussel	Stille meditatie	**Dinsdag 27**
Brussel	Tchenrezig	**Woensdag 28**
Huy	Zomerstage Lama Karta: hartsoetra + meditatieoefeningen	**Do 29 mei - zo 1 juni**

JUNI

Huy	Zomerstage Lama Karta: hartsoetra + meditatieoefeningen	**Do 29 mei - zo 1 juni**
Schoten	Stille meditatie	**Maandag 2**
Brugge/Moritoen	Werken met emoties	**Maandag 2**
Schoten	Tibetaanse les (tweede boek 1)	**Dinsdag 3**
Brussel	Tibetaanse les (tweede boek 1), Poedja van Mahakala en van Tchenrezig	**Woensdag 4**
Schoten	Tchenrezig	**Donderdag 5**
Huy	Lodjong, training van de geest, Lama Tashi Nyima	**Zat. 7 tot maandag 9**
Brussel	Tibetaanse les (tweede boek 2) + De weg van het vertrouwen	**Woensdag 11**
Schoten	Tibetaanse les (tweede boek 2) + De weg van het vertrouwen	**Donderdag 12**
Amsterdam	De vrouw in het boeddhisme	**Vrijdag 13**
Huy	De praktijk van Tara + Volle maan, Milarepa	**Zaterdag 14**
Huy	De praktijk van Tara + initiatie	**Zondag 15**
Brugge/Moritoen	Wijsheid en mededogen	**Maandag 16**
Brussel	Tibetaanse les conversatie (3) + De zes bestaansniveau's	**Woensdag 18**
Schoten	Tibetaanse les conversatie (3) + De zes bestaansniveau's	**Donderdag 19**
Huy	Intensieve Tibetaanse yoga of intensieve meditatie	**Zaterdag 21 - zondag 22**
Gent / Vlied	Werken met woede	**Maandag 23**
Brussel	Stille meditatie	**Dinsdag 24**
Brussel	Tibetaanse les conversatie (4), Tchenrezig	**Woensdag 25**
Schoten	Tibetaanse les conversatie (4), Tchenrezig	**Donderdag 26**
Huy	Karling Chidro	**Vrijdag 27 - zondag 29**
Huy	Onderricht over Ngeundro	**Maandag 30**

JULI

Huy	Neerbuigingen	**Dinsdag 1 - zaterdag 5**
Huy	Bezoek Traleg Rinpochee	**Dinsdag 1 - zondag 6**
Brussel	Voordracht Traleg Rinpochee	**Woensdag 2**
Schoten	Voordracht Traleg Rinpochee	**Donderdag 3**
	Reis Tibet	**Maand. 7 - donderdag 31**
Huy	Dordje Sempa	**Maandag 7 - vrijdag 11**
Huy	Volle maan, Milarepa	**Zondag 13**
Huy	Mandala	**Maandag 14 - vrijdag 18**
Huy	Tharphen	**Zaterdag 19 - vrijdag 25**



KALENDER

JULI

Zaterdag 19 - maandag 21	Huy	Retraite in stilte, Lama Tashi Nyima
Dinsdag 22 - vrijdag 25	Huy	Goeroe yoga

AUGUSTUS

Zaterdag 2 - dinsdag 5	Huy	Zomerretraite Lama Tashi Nyima
Woensdag 6	Brussel	Tchenrezig
Donderdag 7	Schoten	Tchenrezig
Vrijdag 8 - zaterdag 9	Huy	Milarepa Zangstage over de gezangen van Milarepa
Zondag 10	Huy	Milarepa Zangstage over de gezangen van Milarepa + initiatie
Dinsdag 12	Huy	Volle maan, Milarepa
Woensdag 13	Brussel	Tchenrezig
Donderdag 14	Schoten	Tchenrezig
Vrijdag 15 tot zondag 17	Huy	Inleiding tot de ethiek, de filosofie en de meditatie in het boeddhisme, de drie Lama's
Woensdag 20	Brussel	Onderricht
Donderdag 21	Schoten	Onderricht
Maandag 25	Knokke	Zin en onzin van lijden
Vrijdag 22 - zondag 24	Huy	Tcheud
Woensdag 27	Brussel	Tchenrezig
Donderdag 28	Schoten	Tchenrezig

SEPTEMBER

Zondag 14	Huy	Feest van het boeddhisme
Vrijdag 19	Avioth	Concert Lama Karta
Zaterdag 20 - zondag 21	Orval	Retraite

OKTOBER

Zaterdag 4 - zondag 5	Huy	Irini Rockwell, de energieën van de vijf wijsheden

LIDMAATSCHAP / ABONNEMENT 2003

Deze oproep geldt enkel voor diegenen die hun bijdrage voor 2003 nog niet hebben betaald. Velen hebben dat al wel gedaan en zij hoeven dan natuurlijk geen rekening te houden met het overschrijvingsformulier dat in dit nummer werd ingesloten. Ook voor nieuwe leden en abonnees in het begin van een nieuw jaar een uitstekende gelegenheid om op onze uitnodiging in te gaan.

ABONNEMENT OP KUNCHAB MAGAZINE

Het abonnement bedraagt € 10 (of € 12,50 voor Nederland).

JAARLIJKS LIDMAATSCHAP

Alle leden genieten van enkele voordelen:

- het abonnement op het Kunchab magazine is hier inbegrepen;
- er wordt een korting toegestaan voor de avondvoordrachten in Schoten en Brussel
- u hebt de mogelijkheid om boeken uit te lenen in Schoten.

Daarnaast wordt er nog een onderscheid gemaakt tussen:

- gewoon lid: € 25 én u ontvangt 5 % korting bij aankopen.
- actief lid: € 150 of € 12,50 per maand én u ontvangt 10 % korting voor verblijf, cursussen en aankopen.
- lid-weldoener: € 300 of € 25 per maand én u ontvangt 20 % korting voor verblijf, cursussen en aankopen.

Het is belangrijk dat bij elke overschrijving een duidelijke **reden van betaling** vermeld staat: abonnement, soort van lidmaatschap of gift, met eventueel adresverandering. Wij danken u voor uw medewerking.

GIFTEN

Elke **schenking** steunt onze werking. Deze bijdragen kunnen gebeuren in contanten of door storting op de respectieve rekeningen van de instituten (zie achterflap).
Uw giften zijn **fiscaal aftrekbaar** als u ze richt naar het Tibetaans Instituut KSGL vzw in Schoten. Dit instituut is erkend als instelling die fiscale attesten mag uitreiken voor giften.
U kunt een fiscaal aftrekbare gift storten:
- op rekening 220-0493023-08
- door uw bank een permanente opdracht te geven. Dit betekent voor het instituut een duurzame ondersteuning.

U kunt een **legaat** vermaken. Het legaat kan voor een algemeen of voor een specifiek doel worden bestemd. Uw notaris of het instituut kunnen u er uitgebreid over informeren.

Wenst u in de toekomst probleemloos uw bijdrage voor een nieuw kalenderjaar te betalen?
Vul dan onderstaande domiciliëringsopdracht in en het lidgeld/abonnement wordt elk jaar/elke maand automatisch van uw rekening afgetrokken.

DOMICILIERINGSOPDRACHT

Naam .... Voornaam m/v ....

Straat .... Nummer .... Bus ....

Postnummer .... Gemeente/Stad ....

Tel. nummer .... Bankrekeningnummer ....

- geeft aan het Tibetaans Instituut vzw, Kruispadstraat 33, B-2900 Schoten, de toelating om zijn/haar rekening jaarlijks (*) of maandelijks (*) door domiciliëring te debiteren voor de bijdrage van het lidmaatschap ....(*) van het abonnement (*).

(*) gelieve aan te vullen (gewoon, actief, weldoener) en/of te schrappen wat niet van toepassing is

- kan zijn/haar abonnement/lidmaatschap opzeggen ten laatste 8 werkdagen vóór elke vervaldag per brief aan het Tibetaans Instituut.
- stuurt dit formulier terug aan het Tibetaans instituut vzw, Kruispadstraat 33, B-2900 Schoten, die deze opdracht doorgeeft aan de bank voor verdere verwerking en debitering van zijn/haar rekening.

Opgemaakt te .... op ....

Handtekening,

KUNCHAB MAGAZINE

Revue trimestrielle publiée par l'institut tibétain asbl
Kwartaalblad van het Tibetaans Instituut vzw
mars-maart 2003 N° 1



Instituut Yeunten Ling vzw
Château du Fond l'Evêque
4 prom Saint Jean l'Agneau • B-4500 Huy
tel.: +32 (0)85 27 11 88 • fax: +32 (0)85 27 11 99
Fortis: 240-0291015-19 • CCP: 000-1286817-15
yeunten-ling@skynet.be



Tibetaans Instituut vzw
Karma Sonam Gyamtso Ling
Kruispadstraat 33 • B-2900 Schoten
tel.: +32 (0)3 685 09 19 • fax: +32 (0)3 685 09 91
tibinst@skynet.be



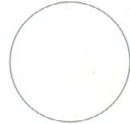
Nalanda Instituut vzw
Olmstraat 50 • B-1030 Brussel
tel.: +32 (0)2 675 38 05 • fax: +32 (0)2 675 38 90
institut-nalanda@skynet.be

www.tibetaans-instituut.org

Belgique - België
P.P - P.B.
4500 HUY 1 9 / 1353

Dépôt: 4500 HUY 1

Périodique - Peut être ouvert pour contrôle postal.
AUTORISATION DE FERMETURE: 9/1353 - 4500 HUY1.
Envoi clos.



Reservé à la poste
- ❍ Inconnu - onbekend
- ❍ Refusé - geweigerd
- ❍ Décédé - overleden
- ❍ Adresse insuffisante - onvolledig adres
- ❍ N'habite plus à l'adresse indiquée - woont niet meer op dit adres

RC N

KWARTAALBLAD BOEDDHISME
Mevrouw Wanda Sluyter
Marconilaan 38
NL-5621 AB EINDHOVEN
NEDERLAND

E.R./V.U. : F. Goetghebeur
INSTITUT YEUNTEN LING a.s.b.l. Château du Fond l'Evêque,
4 promenade Saint-Jean l'Agneau, B 4500 Huy